

名古屋学芸大学大学院

論文要旨

2008 年度入学

栄養科学研究科 博士後期課程

栄養科学専攻

学籍番号 08201101

氏名 安達 内美子

[論文題目]

名古屋圏におけるモーニングサービスに関する食生態学的研究
－中高年勤労者の事例－

(論文題目が外国語の場合は、和訳を付記すること。)

[要 旨]

【目的】 モーニングサービス(以下、MS)を利用することは、日常の朝食・食生活・生活の良好さに貢献するのにかついて、中高年勤労者の事例から明らかにする。そのために以下の検討を行う。

(研究1) MS 利用行動とその要因の構造、(研究2) 朝食摂食行動からみた中高年勤労者の食生活・生活の関連、(研究3) MS 利用行動とその朝食・食生活・生活との関連、(研究4) 名古屋圏における MS のフードアベイラビリティ

【方法】調査 A. 名古屋市高齢者福祉施設入所者 24 名のライフストーリー・インタビューを 2008 年 6 月～8 月に実施し、その結果と食行動に関する理論を基礎にして研究枠組を設定した(研究1)。

調査 B. 研究枠組に基づき、MS、朝食、食生活、生活に関する調査枠組を作成し、簡易型自記式食事歴法質問票(BDHQ)、職業性ストレス簡易調査票等と組み合わせ作成した質問票を作成し、2010 年 1 月、愛知県 K 市職員 878 名の協力を得て自記式質問紙調査を実施した。うち、40 歳～59 歳の全数である 474 名(男性 137 名、女性 337 名)の分析を行った(研究2 並びに 3)。**調査 C.** 2009 年 10 月～2010 年 3 月、名古屋圏在住の管理栄養士 2 名(著者を含む)が各自生活圏内の喫茶店 118 店について、食物内容の実測を含む食環境調査を実施し、110 メニューについて分析を行った(研究4)。

【結果】研究 1. MS 利用の目的は、食物を食べる、会話・会話より情報を得る、精神的な安定のためが多く、その目的によって利用頻度や共食者に差がみられた。MS を利用するか否かは、MS で提供される食物についての好み、共食や外食に対する考え方、食事づくりへの主体性と関連していた。MS は生涯にわたって、ライフスタイルや環境の変化、とりわけ仕事、人間関係、健康に関するライフイベントに遭遇した時に食環境とのかかわりの中で、それぞれの生活の質を高める方向を模索し、活用されていることが少なかった。**研究 2.** 朝食摂食頻度について、毎日食べている者は男性 83.7%、女性 87.7%だった。男女とも毎日朝食を食べることは、概ね食生活の良好さを高めていた。加えて女性では生活の良好さを高めていた。毎日朝食を食べていても主食・主菜・副菜が揃う朝食を食べる行動変容段階が低い(男性では無関心期、関心期、女性では無関心期)者は、朝食を欠食することがある者と比較し、食生活、生活において、ほとんど差異がみられなかった。男女とも、毎日朝食を食べ、かつ主食・主菜・

副菜が揃う食事を食べる行動が実行期以上になることがより食生活、生活を良好にすることが示された。**研究 3.** 過去 1 年間に男性 60.4%, 女性 56.9%が MS を利用し、その平均は男性が 29.9 回、女性が 24.5 回だった。男女とも、MS を利用することが朝食・食生活の良好さを高める傾向はみられなかった。しかし、生活では良好で、男性では労働の上司と気軽に話ができる者が多く、女性は人間関係面の友人・隣人が頼りになる、相談を聞いてくれる者が多かった。朝食について、男性では MS の年間利用回数が多い者には、欠食する者が多かった。女性では、MS を 1 人で利用している者、MS を朝食として利用している者には、朝食を欠食する者が多かった。一方 MS にあまり満足していない者には、主食・主菜・副菜が揃う行動変容段階が高い者が多かった。食生活について男性では、MS を朝食として利用している者は、そうでない者並びに利用しない者より、主要栄養素の不足域数が多かった。女性では、MS にあまり満足していない者は、野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚などを組み合わせて食べる行動変容段階が高い者が多かった。これらの結果から、生活について男性では、MS を複数人で利用する、主食・主菜・副菜が揃うメニューを食べる、満足する、楽しむことは、より生活を良好にすると考えられた。女性では、MS を複数人で利用することは、より労働面、人間関係面を良好にすると考えられた。**研究 4.** MS で提供されているメニューは、いわゆる洋食料理に偏っており、料理レベルについて、主食系ではトースト、主菜系ではゆで卵、副菜系ではサラダが主に提供されていた。料理の組み合わせは、核料理(主食系・主菜系・副菜系) 3 種が揃っているメニューは 26.4%に留まっていた。食材料レベルでは、穀類の出現率は 100%で最高率、次いで油脂 94.5%, 卵類 79.1%の順だった。一方、副菜系の主材料となる緑黄色野菜・淡色野菜・きのこ・海藻類の出現率は低く、0 グラムが 56.4%を占めた。栄養素レベルでは脂肪エネルギー比率が平均で 36.8%と高く、カルシウムとビタミン C が特に低値を示した。

【考察】地域に MS の習慣が根付いてきた名古屋圏での本調査結果が他地域に一般化できるかについては、今後地域比較調査で検討する必要がある。研究 1 の質的な研究法と、その結果を踏まえた研究 2, 3 の量的研究法、さらに研究 4 の食環境調査法の組み合わせの結果、全体像が見えてきた MS と朝食・食生活・生活・食環境の重層的な関連を調査枠組にする地域比較研究を重ねることである。この時に、MS 固有の料理選択と栄養素等構成の関連を把握できる食事調査法を加える必要がある。

【結論】名古屋圏における食環境の現状では中高年勤労者について、MS 利用行動が朝食や食生活、とりわけ栄養面の良好さにはつながらず、問題点が多く見られたが、生活、とりわけ労働面や人間関係面での良好さや積極性につながっていた。しかし、朝食について主食・主菜・副菜を組み合わせで食べる行動変容段階が高い者で朝食や食生活についても良好さが認められた。一方、MS で提供されるメニューは副菜系料理が少なくかつ、脂肪エネルギー比率が高く、フードアベイラビリティに栄養上の問題が多く見られた。しかし、共食者、店員、新聞や雑誌等情報交流の場が提供されていた。これらの現状から、主食・主菜・副菜の組み合わせ等料理選択型食教育プログラムを活用する教育的アプローチと、エネルギーや栄養素バランスも考慮したメニュー開発等による食環境的アプローチと、これらの統合による食教育プログラム開発の必要性和可能性が明らかになった。

また本研究で用いた枠組、すなわち食行動について、食事・食生活・生活（健康・労働・人間関係）並びに食環境の各面から、さらにこれらの重層構造面から検討することが、人々のライフスタイルや地域性を重視した食教育の評価方法として必要であり、可能であることが示唆された。